

## 市内のスポーツクラブ等一覧表

市内で活動するスポーツクラブを紹介します。詳細については、それぞれのクラブに直接お問い合わせください。

項目	番号	クラブ名	活動日	活動場所	対象	クラブPR及び連絡事項	担当者	電話番号	メールアドレス	SNS等	
柔道	1	若穂柔道クラブ	水・木:19:00~21:00 土・祝日:9:00~12:00	若穂中学校 格技室	小学生~ 中学生	・初心者大歓迎。 ・会費2000円/月、その他遠征費、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・土日は他校への遠征を行なうことがあります。保護者の送迎が必要になる場合があります。	竹内 隆司	090-2678-5421			
	2	長野市中央柔道教室	火・18:00~19:15 土・17:30~19:00 土は希望者は19:30まで	長野運動公園 柔道場	小学生~ 中学生	・初心者大歓迎 ・会員登録料:2,000円 ・月会費:2,000円	田中 健一 大杉 裕樹				
	3	長野市柔道クラブ	月:18:30~19:45 土・17:30~19:00	長野県警察 本部体育館 武徳殿	小学生~ 一般		平林	090-8873-6185			
	4	若穂柔剣道育成会 (柔道部)	(火)19時~20時30分 (土)17時~19時	若穂中学校 格技室	小学生~ 中学生	年会費6000円、登録料、保険代込み。月謝はありません。大会参加の場合は、別途数百円掛かります。 小学生を中心で、身体を動かすミニゲームなど楽しく活動しています。柔道衣はレンタル有り。楽しく、心身を鍛えましょう!	小宮山 幸広	090-2466-1432	info@kiroku-oyaki.com	Facebookやってます。若穂柔剣道育成会で検索して下さい。	
	5	松心館	月・木19:00~20:30	松代高校 俊英高校	小学生~ 高校生	・松代町を拠点に活動している柔道教室です。 ・月会費等はありませんが、スポーツ保険への加入をお願いしております。 ・状況によって練習時間、練習場所が変更になる事がありますので初めての方は担当者に御連絡下さい。	三澤 勇斗	090-1662-0357	misawa-seikotsuin330@outlook.jp		
	6	文武館	火・金19:00~20:30	松代中学校	小学生~ 中学生	・松代町を拠点に活動している柔道教室です。 ・月会費500円、その他大会参加費、保険料、全柔連の登録費は別途集金します。	峯村 篤	090-4662-4830	bunbukan@gmail.com	URL: <a href="https://www.bunbukan-judo.com">https://www.bunbukan-judo.com</a>	
剣道	7	寺尾少年剣道クラブ	土・17:00~19:00 日・16:00~18:00 ※休日は大会等の関係で変動有	寺尾小学校 体育館	小学生~ 高校生	・初心者大歓迎、剣道の基礎から練習します。 ・小学生から大人まで、時には幼稚園児も参加して楽しく練習しています。 ・土日祝日は大会等に参加します。保護者の送迎が必要になります。	小林 正利		seven-sus-four@softbank.ne.jp		
	8	若穂剣道育成会	月・水・19:00~20:30 土・17:00~19:00 *日曜日は大会等があれば参加	金・若穂中格技室 水・保科小体育館 金・若穂中格技室及び保科小体育館 土・綿内小体育館	年少~ 中学生	初心者大歓迎、剣道の基本から練習します。 会費12,000円/年・入会金1,000円/その他大会参加費等、保険代 剣道着・防具貸出あり 土・日は、他団体との練習会等を行ないます。	西沢 敏宏	090-3403-7548	xwjmj57x@wh.commufa.jp		
	9	松代地区育成会 剣道クラブ	水曜:19:00~21:00 日曜:7:00~9:00 ※令和5年度は日曜~土曜、17:00~19:00 001:変更の可能性有り ※休日は大会等の関係で変動有り	松代小学校 体育館	小学生(年長) ~ 一般	令和4年度に創立60周年を迎えた歴史あるクラブです。「文武両道」を部訓として年長さんから中高生、一般の方まで幅広い年代で活動しています。初心者大歓迎、年会費7,500円(防具レンタル料込)土日は各大会にも参加します。稽古日、大会等保護者の送迎が必要になる場合があります。	宮澤 洋介	090-1693-0844	miya1223@icloud.com		
	10	長野剣道スポーツ少年団	水:19:00~21:00 土:18:30~21:00 日: 8:30~10:30 ※休日は大会等の関係で変動有	城東小学校 西部中学校	未就学児 (年長)~ 大人	・初心者大歓迎、剣道の基礎から練習します。 ・初心者は未就学児~大人まで幅広く対応します。 ・また経験者又、剣道再開したい方大歓迎 ・年会費2600円/月・保険料・大会参加費込み (小学生~中学生)遠征費別途集金補助あり ・防具レンタル ・大会等で保護者の送迎が必要になる場合があります。	藤田真洋	090-4524-4797	fujita.masahiro@chuden-hs.co.jp		
	11	長野少年剣道クラブ	水:19:00~20:30 土・18:00~20:00 日:18:00~18:00 第2週土日、大会開催時は休み	水:東部中格技室 土日:東北中直心館	小学生~ 中学生	・初心者大歓迎、見学だけでも可。防具レンタルあり。各種大会への参加。ハロウィンなど楽しいイベントもあります。 ・会費 6,000円/前期(4月~9月)と後期(10月~3月)各納入、その他入会金1,000円、保険料年額800円(中学生)	吉川 茂利	090-7401-8314	syoshika219@gmail.com		
	12	南長野剣道少年団	土・17:30~20:00 日・19:00~9:00(4~12月) 水・19:00~20:00(高学年以上対象) ※土日は大会等の関係で変動有	土・日:篠ノ井西小 水:篠ノ井西中	年長~ 中学生 ※高校生~大人も参加可	・剣道は年齢・性別関係なく、一緒に練習ができます。主体は中学生までですが、高校生~大人の参加も大歓迎です。 ・会費1500円、防具レンタル4000円/月。 ・土日は大会等があります。保護者の送迎が必要になる場合があります。	佐久間 美香	090-4677-2124	minaminaganokendo@gmail.com		
	13	剣道 川中島怒心館	木・19:00~21:00 土・18:30~20:30 日・9:00~11:00 ※休日は大会等の関係で変動有	木・川中島中学校克己館 土・昭和小学校第一体育館 日・川中島小学校体育館	幼児~ 一般	・初心者大歓迎、剣道の基礎から練習します。 ・会費:中学生3,000円/年、小学生以下1,000円/月 ・その他大会参加費、保険料等の別途集金があります。 ・防具レンタルあります。 ・練習、大会参戦等には保護者による送迎、補助をお願いする場合があります。	山岸 久益		kawanakajima.yuushinnkann@gmail.com mkh-yama@mx1.avis.ne.jp		
	14	稲里剣道クラブ	水・金:18:30~20:30 土・木:18:00~18:00 木・木:18:30~20:30 ※特別稽古(年長以上) ※休日は大会等の関係で変動有	広徳中学校格技室 (月・水・木・金曜日) 下水飽小学校体育館 (土曜日)	年中~大人	・初心者の方で先生や先輩たちが優しく丁寧で教えてくれます。 ・道具が揃っていないなくても初心者の方は防具・胴着・手袋のレンタルあります(一部購入品あり)県内外への大会、遠征あり ・クラブ費2,000円(みらいハッピーケンプロジェクト対象) ・入会特典として竹刀プレゼント ・都合により場所や時間の変更することがあります見学希望の方は問い合わせの上お越しください	小林 真理恵	080-1233-8907	inasatokendoclub@gmail.com	Instagram・FacebookからのDM可 'inasatokendo'で検索	
	15	豊野町少年剣道クラブ	水・19:00~21:00 土・16:00~18:00 日・10:00~12:00 ※稽古日または時間は、大会等の関係で変動有	豊野中学校 剣道場	未就学児(年 少)~ 大人	剣道のルール、作法、礼儀等を厳しく指導しますが、それ以外のレクレーションやイベントは、みんなで楽しく思いっきり遊びます。今年はボーリング大会、BBQ、海水浴やスキーなども計画する予定です。男女を問わず、まずは一度見学に来てください。お待ちしております(^^)	松山 俊昭	090-2464-8411	tk.y.c.family@gmail.com		
	16	信州新町剣友会	火曜日 18:30~20:00 土曜日 18:00~20:00	信州新町中学校 体育館	幼年~ 一般	・初心者大歓迎 ・会費6,000円/年	宮福 剛文	090-1866-0541	shinmachikenkyuu@gmail.com		
	17	北長野剣友会	火・19:30~21:00 土・日:17:30~19:30	東部中学校 格技室	幼児~ 一般成人	・初心者大歓迎 ・会費2万円/年(保険料込み)、その他大会参加費等は別途集金の場合あり。 ・道着・防具の貸出あります。 ・各種大会等への参加あり。その場合は保護者の送迎が必要になります。	五十嵐 元一	080-4733-8091	motokazu.5039kky@gmail.com		
	18	篠ノ井剣友会	日:7:00~8:30 水・木:19:30~21:00 土・木:18:00~20:00	日・土:通明小学校体育館 水・篠ノ井東中学校格技館	年長~ 中学生	・初心者大歓迎、剣道の基礎から練習します。 ・基本月謝1,500円・子供1人1,000円/月・保険料。竹刀と帽子は別途購入。その他防具貸し出しあります。 ・大会時には保護者の送迎が必要になる場合があります。	中村 静男	090-2726-2758	shinoken.net@gmail.com		
	19	青木島剣道少年団	火・木:19:00~20:30 土・木:21:00~21:00 日:17:00~19:00	青木島小体育館 更北中剣道場	小学生~ 一般	・小学生から一般まで、共に錬道します。初心者には基礎より丁寧に指導します。 ・会費1,500円/月、道着着、防具は1組300円にて販売します。 ・初めて剣道を始める大人や剣道経験者が練習ができるように、青年部を設けています。	黒柳 博子	090-9845-2118	aokijimakendosyonendan@gmail.com		
	20	ス波コミ東北地域クラブ (剣道)	火・木・~19:00	東北中 直心館	小学生~ 高校生	・長野市内、近隣小中学生大会歓迎 ・中学生会費2,800円/月・保険料800円	藤牧 博和	026-296-9918	supocomi@yahoo.co.jp		
	21	若槻少年剣友会	土・17:00~19:00 日:9:00~11:00	若槻コミュニティ センター	幼児~ 中学生	・初心者大歓迎 ・防具レンタルあり ・入会時、竹刀1本贈呈	樋口 勲	090-1550-6369	isada42yuusaya104seiayu9@docomo.ne.jp		
	22	長野市剣道連盟					宮澤 廉治	090-2444-6017	naganoshikenren@gmail.com		
空	23	若槻支部	月・金:18:00~20:00 ※その他上級者稽古あり	若槻小学校 体育館	幼児~ 一般	・公益社団法人日本空手協会公認支部 ・長野市スポーツ少年団加盟	坂内 健	090-2153-6052	halfmoonoss1419@softbank.jp		
	24	朝陽支部	月・水:19:00~21:00 ※その他上級者稽古あり	朝陽小学校 体育館	幼児~ 一般	・公益社団法人日本空手協会公認支部 ・長野市スポーツ少年団加盟	小島 康稔	090-1866-2506	shiseikan@au.com		
	25	長野東支部	水・19:00~20:00 土・17:00~19:00	県警体育館	幼児~ 一般	・公益社団法人日本空手協会公認支部 ・長野市スポーツ少年団加盟	柄澤 孝一	090-1660-3393	daiyuki324@gmail.com		
	26	長野北支部	木・18:40~20:00 土・17:00~19:10 ※その他上級者稽古あり	裾花小学校 体育館	幼児~ 一般	・公益社団法人日本空手協会公認支部 ・長野市スポーツ少年団加盟	林 嘉明	090-4736-8002	ika_nagano.kita@yahoo.co.jp		
	27	川中島支部	月・木:18:30~20:00	川中島公民館他	幼児~ 一般	・公益社団法人日本空手協会公認支部 ・長野市スポーツ少年団加盟	島田 雅文	090-1828-9030	kawanakajima_karate@yahoo.co.jp		
	28	長野共和支部	月・金:19:00~21:00 火・木:19:00~21:00	共和小学校体育館 川中島中学校 克己館	幼児~ 一般	・公益社団法人日本空手協会公認支部 ・長野市スポーツ少年団加盟	塙野入 恵明	090-8853-2378	ika_nagano_kiyowashibu@yahoo.co.jp		
	29	長野南支部	月・18:30~20:30 水・18:30~20:15	三本柳小学校 体育館	幼児~ 一般	・公益社団法人日本空手協会公認支部 ・長野市スポーツ少年団加盟	高野 雅徳	090-4601-6981	naganominamijika@yahoo.co.jp		

項目	番号	クラブ名	活動日	活動場所	対象	クラブPR及び連絡事項	担当者	電話番号	メールアドレス	SNS等
手	30	長野様ノ井支部	火・金 19:00~20:30	篠ノ井西小学校	幼児～一般	・公益社団法人日本空手協会公認支部 ・長野市スポーツ少年団加盟	羽生 仁	090-4025-0010	jkatp@grn.janis.or.jp	
	31	長野支部 稲里道場	木 17:00~18:00(幼児) 木 18:00~19:30(少年) 木 20:00~21:30(中学～一般) ※その他全体会稽古・強化稽古あり	稲里中央地区センター南	幼児～一般	・公益社団法人日本空手協会公認支部 ・長野市スポーツ少年団加盟	丸山 博樹	090-1653-4777	yushinkan2001nagano@yahoo.co.jp	
	32	長野支部 青木島道場	月 18:00~19:30 ※その他全体会稽古・強化稽古あり	青木島小学校 体育館	幼児～一般	・公益社団法人日本空手協会公認支部 ・長野市スポーツ少年団加盟				
	33	長野支部 松代道場	水 18:00~19:30 ※その他全体会稽古・強化稽古あり	豊栄小学校 体育館	幼児～一般	・公益社団法人日本空手協会公認支部 ・長野市スポーツ少年団加盟				
	34	長野市空手協会	問い合わせは、9:00~16:00の間でお願いします。				丸山 博樹	090-1653-4777	naganoshikaratekyoukai@yahoo.co.jp	
	35	正道会館 志友塾	水曜日:金曜日 18:00から	水曜日:川柳建設倉庫2階 金曜日:長野運動公園総合体育館会議室	年長 小学生 中学生 高校生 一般	・初心者大歓迎 ・フルコントラク空手を通じ心身ともに強くなろう ・礼儀礼節を重んじ人間力を育てる ・年1回主催大会あり ・年2回昇級昇段審査会あり	風間 勇人	090-8891-4019	brave.kzm@gmail.com	ホームページ:【正道信州】で検索
陸上	36	川中島ジュニアランニングクラブ	火～金 17:00～17:30時間程度 土日: 9:00～1時間半程度	犀川河川敷	小学生～中学生	・長距離専門です。走ることが好きな方、お待ちしています。 ・年会費6,000円・保険料	竹内 万祐	090-1829-0766	📞:090-1829-0766	
	37	若穂RCジュニア	月 4:30~6:00(小学生のみ) 火・木・金 6:30~18:00 水・木 15:30~18:00 土・日(どちらか、3時間程度) 冬季・土又は日 若穂体育館(小・中学生合同練習)	平日:若穂中央公園 土日:長野運動公園陸上競技場、サンアップル陸上競技場	小学生の部 4年生～ 中学生の部	年会費 ・小学生の部:1,000円程度+スポーツ保険800円 ・中学生の部:2,000円程度+スポーツ保険800円 ・大会参加費:ユニフォーム代等は別途徴収 ・クラブ保護者会あり・クラブランヤツ1500円	クラブ代表 塚田 猛	090-8941-5243	tkdtn@crest.ocn.ne.jp	
	38	E-NAGANOスポーツクラブ ランニング教室(南長野)	月曜日17:30～19:00 年間40回	Uスタジアム 屋内練習場他	小学生～中学生	・身体をバランスよく動かし、「走る」「飛ぶ」等の基本的運動能力を高めつつ総力を身につけます。 ・人会費5,000円、年会費4000円/保険料含む。受講料4400円+他	小池 駿雄	090-8643-2545	m-koike@hb.tp1.jp	
	39	E-NAGANOスポーツクラブ ランニング教室(東和田)	水曜日18:00～17:30 年間40回	長野運動公園 補助競技場 冬期間:エムウェーブ	小学生～中学生	・身体をバランスよく動かし、「走る」「飛ぶ」等の基本的運動能力を高めつつ総力を身につけます。 ・人会費5,000円、年会費4000円/保険料含む。受講料4000円+他	中澤 悟	285-9120	e-nagano@hb.tp1.jp	
	40	スボコミ東北地域クラブ(陸上)	土 9:00-12:00	サンアップル陸上競技場	小学生～一般	・長野市内、近隣小中学生大歓迎 ・中学生会費2,800円・保険料800円	藤牧 博和	026-296-9918	supocomi@yahoo.co.jp	
	41	三陽陸上クラブ	週4～5日	長野運動公園 陸上競技場	小学4年生～中学生	・競技力を高めただけなく、みんなで楽しく活動しながらチームワークも高めていきます。 ・人会費 中小学生:5,000円 ・年会費 中学生:10,000円、小学生:5,000円 ・保険料 800円	田中 哲広	090-4230-7635	tetsu7mkt@yahoo.co.jp	
	42	NAGANO APPLES	火、水:17:00～19:00 土:14:00～17:00 ※休日 ※は大会等の関係で変動有	長野市営陸上競技場	中学生～高校生	・初心者大歓迎、陸上競技の全種目を対象に活動しています。 ・コーチ陣も社会人アスリートとして活動し、コーチ資格を持っている指導者も多数います。 ・人会費5,000円/月。その他大会参加費、ユニフォーム購入費等は別途集金、入会金10,000円(施設利用料、保険代、陸上登録料込み)	片平 大地		daichikatahira@gmail.com	
	43	バレーボールクラブ Glanz(グランツ)	・日曜日:13:30～16:30 ・週1回を原則とします。 ・年間3回開催予定	長野市内の体育館	小学5年生～中学生3年生の男女	・初心者も大歓迎! 最高の環境で、最高の仲間と バレーボールをしよう!! ・月会費 9ヶ月、毎月1,500円、 4～6月、毎ヶ月3,000円 ・年会費2,000円(入会月によって異なる)	若林 大樹		[営業時間]火・水・木・金/13:00～19:00 [募集要項QRコード]	
	44	スボコミ東北地域クラブ(男子バレーボール)	火・水・木～19:00	東北中三葉体	小学生～高校生	・長野市内、近隣小中学生大歓迎 ・中学生会費2,000円・保険料800円	藤牧 博和	026-296-9918	supocomi@yahoo.co.jp	
	45	スボコミ東北地域クラブ(女子バレーボール)	火・木・金～19:00	東北中三葉体	小学生～高校生	・長野市内、近隣小中学生大歓迎 ・中学生会費2,000円・保険料800円	藤牧 博和	026-296-9918	supocomi@yahoo.co.jp	
バレーボール	46	一般社団法人長野スポーツアカデミー N-TECH BEACH(エヌティックビーチ)	毎週日曜日 18:00-20:00 ※オンシーズンは上越などに行きますので時間は変わります。	南部小学校 体育館 近県のビーチバレーコート	中学生～高校生	・長野地区初Vクラブ ビーチバレーボールクラブ ・Vクラブとしての掛け持ちOK! ・初心者大歓迎、ビーチバレーボールの基礎から練習します。普段は体育館で練習、シーズンに入ると近場のビーチバレーコードで練習します。 ・ビーチバレーボールをするとインドアバレーボールも上達します。 ・会費3,000円/月、その他の年会費(保険料・登録料)3,000円、大会参加費、遠征費、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・オンシーズンは上越のビーチバレーコードで練習をします。 ・ツアーセミナーにも参加していきます。	北村	080-3465-3800	info@nagano-sac.org	URL: <a href="https://www.nagano-sac.org">https://www.nagano-sac.org</a>
	47	一般社団法人長野スポーツアカデミー N-TECH MIX(エヌティックミックス)	火曜日 19:00-21:00	犀ヶ岡中学校 体育館	中学生～大人	・男女混合バレーボールクラブ ・初心者大歓迎、初心者から中級者までの楽しみながらの混合バレーボールをやります。親子での参加を大歓迎します。 ・楽しむことを目的としたサークル形式 ・会費2,000円/月、その他の年会費(保険料・登録料)3,000円、大会参加費、遠征費、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・大会参加の際は保護者の送迎をお願いすることがあります。	北村	080-3465-3800	info@nagano-sac.org	URL: <a href="https://www.nagano-sac.org">https://www.nagano-sac.org</a>
	48	一般社団法人長野スポーツアカデミー ミー 長野SAC U15(バレーボールクラブU15,MEN)	毎週月・火・木曜日 19:00-21:00	桜ヶ岡・犀ヶ岡・裾花中学校体育館	男子中学生	・中体連にクラブチームとして加盟 ・部活動移行型のバレーボールクラブ ・初心者大歓迎、基礎から丁寧に指導します。 ・みんなで大歓迎に参加しましょう。 ・人会費5,000円/月、その他の年会費(保険料・登録料)3,000円、大会参加費、遠征費、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・大会参加の際は保護者の送迎をお願いすることがあります。	北村	080-3465-3800	info@nagano-sac.org	URL: <a href="https://www.nagano-sac.org">https://www.nagano-sac.org</a>
	49	一般社団法人長野スポーツアカデミー 長野SAC U15(バレーボールクラブU15,WOMEN)	毎週月・木曜日 19:00-21:00	桜ヶ岡・裾花中学校体育館	女子中学生	・2025年度中体連にクラブチームとして加盟予定 ・部活動移行型のバレーボールクラブ ・初心者大歓迎、基礎から丁寧に指導します。 ・みんなで大歓迎に参加しましょう。 ・人会費5,000円/月、その他の年会費(保険料・登録料)3,000円、大会参加費、遠征費、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・大会参加の際は保護者の送迎をお願いすることがあります。	北村	080-3465-3800	info@nagano-sac.org	URL: <a href="https://www.nagano-sac.org">https://www.nagano-sac.org</a>
	50	三陽スポーツクラブ(男子バレーボールクラブ)	毎週土曜日・日曜日	三陽中体育館	中学生	・初心者大歓迎。一緒に楽しくプレーをやりましょう。 ・人会費1,000円・保険料込み ・会費500円/月			sanyo.sports.club@gmail.com	URL: <a href="https://sgrum.com/web/sanyosportsclub/">https://sgrum.com/web/sanyosportsclub/</a>
	51	三陽スポーツクラブ(女子バレーボールクラブ)	毎週土曜日・日曜日	三陽中体育館	中学生	・初心者大歓迎。一緒に楽しくプレーをやりませんか? 先輩後輩みんな仲良く切磋琢磨して頑張っています。 ・人会費1,000円・保険料込み ・会費500円/月			sanyo.sports.club@gmail.com	URL: <a href="https://sgrum.com/web/sanyosportsclub/">https://sgrum.com/web/sanyosportsclub/</a>
	52	長野市バレーボール連盟	問い合わせは、17:15～20:00の間でお願いします。				小山 正隆 (事務局)	090-8006-3578	yukitakaatsukei3@yahoo.co.jp	
	53	VC TOHBU バレーボールクラブ	月、木、金 17:00～19:30 土・日・日練習又は練習合 大会もあります	長野市立 東部中学校	小学生～中学生	・初心者、経験者どんな方でも大歓迎です。 ・会費5000円/月、その他遠征費、保険料等別途集金 ・県外での練習試合や大会有 ・土日もささざまな中学校へ行って練習試合を行いますので保護者の方の送迎が必要になる場合があります。	吉村裕奈	080-1273-6290	tohbu.yoshimura.05@gmail.com	
	54	松代バレーボールクラブ	月・火・19:00～21:00 土・8:00～11:00	松代中学校体育館	中学生	新規メンバー募集中です。 見学・体験いつでもお待ちしています。	岩田 章	090-3134-7445	pride.akr3@gmail.com	
	55	SIEG (女子バレーボールクラブ)	火、木、金 17:00～19:00 土日練習または練習試合 大会出場や遠征あり	川中島中学校西体育館	小学校6年生 から 中学生3年生女子	・初心者、経験者共に歓迎します。 ・会費2,000円、遠征費・配車交通費など別途請求あり、体験入部等に詳しくご説明致します。 ・監督主催のコンペティションもあり技術だけでなく、コミュニケーションを取ることを大切に活動しています。 ・大会・遠征時・その他送迎で、保護者送迎協力を依頼することがあります。	半田 雅彦		sieg.info.volleyball@gmail.com	<a href="https://sieg-vc.jimdofree.com">https://sieg-vc.jimdofree.com</a>

項目	番号	クラブ名	活動日	活動場所	対象	クラブPR及び連絡事項	担当者	電話番号	メールアドレス	SNS等
水泳	56	スパコミ東北地域クラブ (水泳)	自主練	サンアップブルーパーク	小学生～ 高校生	・長野市内、近隣小中学生大歓迎 ・中学生会費2,800円+保険料800円	藤牧 博和	026-296-9918	supocomi@yahoo.co.jp	
	57	北長野水泳クラブ	水・16:35～17:30 木・18:30～19:30 土・16:00～17:00 の週3回	長野ドルフィンスイミングスクール中央校	中学生	・月会費7,700円、※週4回以上以降は1回770円で自主参加可能 ・長野県選手権優勝経験を持つコーチが指導します。 ・大会引率による引率費が別途かかります。	清水	026-241-0092	stakano_ndss@yahoo.co.jp	
バスケットボール	58	川中島籠球俱楽部 (男子)	土・日:17:00～19:00 ※休日は大会等の 関係で変動有	共和小体育館他	小学生～ 中学生	・1991創部、小学生～中学生の初心者から上級者まで入部可。居住地不問。全国大会等での上位入賞有。 ・会費9000円/保険料込(年)(令和4年実績) ・その他の大会参加費、ユニフォーム購入費等は別途 ・大会参加、練習試合等を行います。保護者の送迎が必要になる場合があります。 ・日本バスケットボール協会公認コーチがボランティアで指導するため保護者に活動の協力をお願いします。	和田 良尊	090-3083-7484	川中島籠球俱楽部ホームページのE-MAIL アイコンからお問い合わせください	
	59	三陽クラブ 男子バスケットボール クラブ	月・木、17:00～19:00 土・8:00～11:00 日・13:00～16:00 ※休日は大会等の 関係で変動有	三陽中学校 体育館	中学生	・初心者大歓迎、バスケットボールの基礎から練習します。 ・JBA公認A級コーチ、元国体青年男子コーチ、ミニバスから中学生までの指導経験豊富なコーチが基礎から練習を指導しています。 ・体育館が安定して使用できます。 ・会費1,000円/月、その他の大会参加費、保険料800円、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・土日は他校との練習試合等を行います。保護者の送迎が必要になる場合があります。	山口 正樹	090-1047-2862	mysanyoclub@gmail.com	
	60	三陽クラブ 女子バスケットボール クラブ	火・金:17:00～19:30 木・16:30～18:30 土・日:8:00～11:00 ※休日は大会等の 関係で変動有	三陽中学校 体育館	小学生～ 中学生	・初心者大歓迎、バスケットボールの基礎から練習します。情熱をもって、一生懸命明るく練習しましょう。 ・何年も続けるクラブを目指し、育成強化両輪で目標に練習しています。 ・元国体少女女子選手、全国出場コーチ、現国体少女女子Aコーチなどのコーチが練習を指導しています。 ・体育館が安定して使用できます。 ・インスタグラムの情報もご覧ください。 ・スタッフも募集していますので、お気軽にお問い合わせください。 ・会費3,000円/月、その他の大会参加費、保険料800円、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・土日は他校との練習試合等を行います。保護者の送迎が必要になる場合があります。	大日方 勝己	090-5397-4341	ob@nomuraco.net	
	61	ゆたかのJCクラブ	火・木、金:17:00～19:00 土・日:8:00～11:00 ※休日は大会、練習試合あります。その関 係で時間の変更あります。	豊野中学校 市営豊野体育館	中学生 女子	・次のステージに立つための技術や心構えを学びます。中学生からバスケを始めた生徒も大歓迎です。 ・年会費10,000円(登録料、保険料、その他の会費2000円/月、その他大会参加費、選手費別途集金。 ・ユニフォーム購入料(個人) ・土日は他校との練習試合等を行います。現地集合現地解散となります。 ・チームスタッフ、ヘッドコーチ、宮本文貴 ・チームスタッフ…武田真理、野田和広、野田愛子、藤幡哲夫、辻希美、高橋宏和	武田 真治	090-9957-6611	yutakanos@yahoo.co.jp (総合型地域スポーツクラブゆたかのスポー ツクラブ)	
	62	BUHTO長野 (バスケットボールクラブ)	水、木、金:17:00～19:00 土・8:00～11:00 ※休日は大会等の 関係で変動有	東部中学校 第2体育館	中学生	・初心者、近隣に住むバスケットボールが大好きな中学生、大歓迎。 ・会費1,250円/月、その他の大会参加費、保険料、ユニフォーム購入費等は別途集金。 ・土日は他校、他クラブとの練習試合等を行います。保護者の送迎が必要です。	柄原 瑞人	080-6937-0425	mizuto-kunugihara-01@nagano-ngr.ed.jp	
	63	B.Windsバスケットボール クラブ	火・木:18:30～20:30 金:19:00～20:30 土または日:8:00～11:00 ※休日は大会等の 関係で変動有 小学生別時間	若穂中学校 その他	中学生女子 小学生女子	・初心者大歓迎、バスケットボールの基礎から練習します。 ・会費 大半6,000円、ユニフォーム 設立6,000円 ・その他の大会参加費、保険料等は別途集金 ・土日は他校との練習試合等を行います。保護者の送迎が必要になります。	滝澤 芳幸	090-8873-5204	bonds-y.taki-1969@docomo.ne.jp	
64	BIRTH.BP	火・木:19:00～21:00 土:9:00～12:00 ※体育館使用料により 練習時間変動あり ※休日は試合等で変動あり	古牧小学校 その他、長野市体育館	中学生 女子	◎初心者大歓迎！バスケットボールを通じて、バスケの楽しさ、基礎基本の習得に向けて活動します。 ◎会費3,000円/月、スポーツ安全保障加入料、登録料等の集金があります。 ◎休日は練習、練習試合、大会参加また交流を目的としたイベントなどがあります。	山本 桃子		mmm85.x6u@icloud.com		
65	NSCT-U15BBC(女子) (スパコミ東北U15バスケットボール クラブ)	水:17:30～19:30 金:19:00～21:00 日or土:原則として前半が午後の半日 ※活動日は変更の可能性があります。	水:東北中 金:北中部 休日:東北中or北中部	小学生 中学生 一般	・NPO法人長野スポーツコミュニティクラブ東北」を母体としたクラブ。持続性と多様性を重視しています。 ・全体会活動の他、GREEN SPIRITS(東北中拠点の活動)、PINK MERRROWS(北中部拠点の活動)としても活動しています。 ・クラブ費1,500円/月(4か月分まとめて会員登録料) ・スボコミ年会費2,800円+保険料800円	清水 勝 小林 晴雄		nsctu15bbc@gmail.com	ホームページ:QRコード 	
66	NSCT-U15BBC(男子) (スパコミ東北U15バスケットボール クラブ)	1～6月:火曜日 19:00～21:00 7～12月:火・木曜日 19:00～21:00 土・日は半日程度の活動ですが、練習試合や遠征の場合は終日の活動となります。	長野高専体育館など	中学生男子	NSCT-U15BBCは、長野市北部地域を拠点として活動するNPO法人 総合型地域スポーツクラブ長野スポーツコミュニティクラブ東北(スボコミ東北)の傘下で活動するU15(中学生)バスケットボールクラブです。 ※NSCT = Nagano Sports Community club Tohoku 先行して組織され、実績を残してきた女子チームに続き、2022年6月に発足しました。 初出場はJr WINTER CUP 2022-23の長野県予選で優勝を果たし、東京で開催された全国大会に、長野県代表として参りました。活動拠点は長野市ですが、市外からの参加者も多くいます。 活動の詳細や問い合わせは、ホームページをご参照ください。	柳見沢宏 児玉 美樹 小林 将直 鶴澤 智造 関 健太郎 舟原 志弥	090-8516-7025	E-mail:yanamisawa-lj@infoseek.jp	<a href="https://sites.google.com/view/nsct-u15bbc-top/男子hp">https://sites.google.com/view/nsct-u15bbc-top/男子hp</a> ホームページ:QRコード 	
67	スパコミ東北地域クラブ (男子バスケットボール)	月・木～19:30 土・日	東北中千曲体	小学生～ 高校生	・長野市内、近隣小中学生大歓迎 ・中学生会費2,800円+保険料800円	藤牧 博和	026-296-9918	supocomi@yahoo.co.jp		
68	GREEN BLAZE	火:19:30～21:30 水:19:00～21:00 木:19:30～21:30 土:8:00～12:00 日:8:00～12:00 土日は時間変動等の 関係で変動有	北部中体育館 その他、長野市体育館	中学生 (高校生も可)	・初心者大歓迎 ・バスケットボールに興味のある子大募集 ・会費4,000円/月 ※大会参加費(クラブ選手権・リーグ戦)・保険料、ユニホーム・リバーシブル(上下)・練習着等は別途集金します。 ・土日は練習試合、大会等保護者の送迎が必要です。 ・土日は練習試合や大会等を行います。	山下 遼 宮本 宣明 鶴澤 正仁 安藤 賢凱 齊藤 横	090-8080-2050-8655 ※山下へ連絡がつかない場合、宮本へ 090-9090-4153-6179	山下yamayo.522.smith@gmail.com		
69	長野西部地区スポーツクラブ チーム名 ・U-12男子:フニックス ・U-12女子:シーガルズ	・U-12男子 木18:00～19:00 土17:00～19:00 日9:00～12:00 ・U-12女子 水17:30～19:00 土13:00～16:30 日9:00～12:00	木・日:安茂里小体育館 土:裾花体育館	小学生	・長野市西部地区を拠点にバスケット大好きな小学生～中学生が楽しく活動しています。 ・バスケットの技術向上はもとより、社会に貢献できる人材育成に努めています。 ・初心者大歓迎!バスケットの基礎から楽しく学べます。 ・クラブ会費 年間10,000円 その他保護者会費が必要	U12男子HC 島田雄貴 U12女子HC 藤森 享	U12男子:島田090-2543-2357 U12女子:藤森090-1866-7484 U12女子HC 島田雄貴 U12女子HC 藤森 享	U12男子:島田090-2543-2357 U12女子:藤森090-1866-7484 U12女子HC 島田雄貴 U12女子HC 藤森 享		
70	長野西部地区スポーツクラブ チーム名 ・U-15男子:BLACK Tigers ・U-15女子:シーガルズ	・U-15男子 火17:00～19:00 水・金19:00～21:00 土・日 練習試合の予定 ・U-15女子 火・木19:00～21:00 土・日 9:00～12:00	・U-15男子 西部中体育館 ・U-15女子 西部中体育館	中学生	・長野市西部地区を拠点にバスケット大好きな小学生～中学生が楽しく活動しています。 ・バスケットの技術向上はもとより、社会に貢献できる人材育成に努めています。 ・初心者大歓迎!バスケットの基礎から楽しく学べます。 ・クラブ会費 年間10,000円 その他保護者会費が必要	U15男子HC 早野 大 U15女子HC 岩森宏樹	U15男子:早野090-3234-5403 U15女子:岩森090-8843-2303 U15女子HC 早野 大 U15女子HC 岩森宏樹	U15男子:早野090-3234-5403 U15女子:岩森090-8843-2303 U15女子HC 早野 大 U15女子HC 岩森宏樹		
71	篠ノ井KTクラブ	月:17:30～19:30 水:18:30～20:30 金:18:30～20:30 (土・日) ※月は時間変動になる可能性があります	篠ノ井東中 通明小	中学生女子	・篠ノ井KTクラブで一緒にバスケを楽しめましょう！お待ちしています。 ・在籍学校や経験を問わず活動しています。練習は、篠ノ井東中と通明小の体育館にて週3回程行い、土日のどちらかに試合を行っています。 各種大会、カップ戦、県内外への遠征にも積極的に参加しています！ ・月会費2,000円(保険料800円別途)	塩入 信一	090-2228-6253			
72	長野市バスケットボール協会	問い合わせは、平日10:00～19:00の間でお願いします。				桐澤 誠司	090-8853-9015	ry232ry@gmail.com		
73	長野Blueet バスケットボールクラブ	火:17:00～19:00 金:17:00～19:00 土・日は日:半日 ※休日は変動あり	桜ヶ岡中学校 体育館	主として 中学生 ※小学生～高 校生の参加も 可	・初心者大歓迎!バスケットボールの基礎から練習します。 ・年会費 5,000円/年 3,000円/月、その他の大会参加費、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・土日は他校との練習試合等を行います。保護者の送迎が必要になる場合があります ・Instagram「blueete.nagano」	小林 克年	090-3521-7751	naganoblueete@gmail.com		
74	STEP	木:18:00～21:00 土:19:00～19:30 日:15:00～21:00 ※上記以外も体育館が手配できれば 指 導可能	三輪小学校 芦田小学校 サンアップブル ーパー	小学生～ 中学生	・バスケットボールの個人スキル指導 ・個人・少人数指導に特化 ・指導料 4,000円/時 月会費なし ・体育館の手配できれば家庭の都合に合わせて指導可能です。	山脇 一洋	080-4613-3517	step123nng@gmail.com	公式LINE:https://lin.ee/3J8XbOu	
75	安茂里クラブ 社会人バスケットクラブ	土:19:00～21:00 他 対応	裾花体育館 他	小・中・高～ 社会人	30年に渡り活動しているクラブです。 又、県外全国区レベルの高校バスケ部に生徒を送り、プロ活動をしている選手もいます。	小林 信幸	090-8329-6213 026-226-1709			

項目	番号	クラブ名	活動日	活動場所	対象	クラブPR及び連絡事項	担当者	電話番号	メールアドレス	SNS等
	76	ゆたかの豊野クラブ	火・金:17:00~19:00 木:19:00~21:00 土:9:00~12:00 ※休日は大会等の関係で変動有	豊野中学校体育館	中学生	・初心者大歓迎、バスケットボールの基礎から練習します。 ・会費4,000円/月、その他大会参加費、保険料、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・土日は他校との練習試合等を行います。保護者の送迎が必要になる場合があります。	浅井 雅大	080-3626-5111	masahiro-asai-01@nagano-ngn.ed.jp	
	77	SSUC	火・木:8:00~11:00 土:13:00~16:00 ※休日は大会等の関係で変動有	裾花中学校体育館	小学生～中学生	・初心者大歓迎、バスケットボールの基礎から練習します。 ・会費は未定、実費を集めます。 ・大会参加費、保険料、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・土日は他校との練習試合等を行います。保護者の送迎が必要になる場合があります。	吉田 正信	090-3087-5078	hdh0906@icloud.com	
ラグビー フットボーラー	78	長野市少年少女 ラグビースクール	原則日曜日:8:30~11:30 大会等有	千曲川リバーフロント他	5歳児～中学生	・初心者大歓迎。ラグビーの楽しさを体験し、基礎から練習。 ・年会費12,000円/月、前・後期分納可(保護者含む)	宮本 正之	090-2665-2948	m.miyamoto923@gmail.com	大会等
アイス ホッケー	79	AC長野パルセイロ アイスホッケーチーム	4~9月 火・木:19:00~20:00 10~3月 火・木・土:19:00~20:00 ※大会等の関係で変動有	エムウェーブ ピックハット	小学生～中学生	・未経験でも、スケーティングの基礎から丁寧に指導いたします ・会費5,000円、年会費5,000円、搭乗料500円/回 ・市外、県外のリンクでも練習試合等を行っています。保護者の送迎が必要になる場合があります。	事務局 黒岩 美喜	080-2568-1433	icehockey@parceiro-icehockey.jp	
グライダー	80	公益社団法人 長野グライダーアカデミー	土日祝日 8:30~日没後時間	長野滑空場 (若穂多目的広場)	中学生～高校生	初心者歓迎、国交省指定グライダーバイロット養成施設 入会金5,000円、年会費5,000円、搭乗料500円/回 教官(国家資格者)による安全指導体制 社会人ととの混合活動により社会生活性指導	小川 高昭	026-282-3171	soarnagano@yahoo.co.jp	
■ 柔術	81	長野市馬術連盟 りんごボニーラーニング	日:10:00~11:30 (季節により変動有)	市馬術連盟厩舎 および 犀川第2緑地馬場	小学3年生～中学生	・ジュニア初心者向け ・会費7,000円/月(その他年度登録料、保険料、人気品購入費等は別)	小野塚 美香	090-4416-2181	nagano.ringo.club@yahoo.co.jp	
	82	長野市馬術連盟 りんごくらぶ	土日祝:AM 平日:早朝	市馬術連盟厩舎 および 犀川第2緑地馬場	小学5年生～65歳	・初心者可 ・飼い付け・馬房清掃の当番有 ・会費はコースにより異なる(その他入会金、年会費、保険料、人気品購入費等は別)	小野塚 美香	090-4416-2181	nagano.ringo.club@yahoo.co.jp	
	83	いいちなジュニアライディングクラ ブ(飯綱JRC)	土日祝日午後(月6回程度)	株式会社飯綱高原乗馬俱楽部 長野市大字上ヶ屋2471-613)	小5～中3	飯綱高原乗馬俱楽部の少年団です。初心者でも楽しく学べます。入団金¥30,000 月謝¥12,000(保険料)入団当初は道具等は無料でお貸します。	小林 千夏	080-1006-4546	iiizunairc@gmail.com	Instagram:「iiizunairc」 InstagramのDMメッセージ でのお問い合わせ可
スケート	84	エムウェーブ スケートクラブ	【小学生】 夏季:月・火・木・金 18:00~20:00 土 8:00~11:00 冬季:月・火・木・金 18:30~20:30 土 15:00~18:00 【中学生】 夏季:月～金 18:00~20:00 土 7:00~10:00 冬季:月・火・金 19:00~21:30 土 6:30~9:30	エムウェーブ (夏季主:リバーフロント)	小学生～高校生	スピードスケート選手を育成するクラブで長野市を中心としたクラブで現在約40名のクラブ員が年間を通して練習しています。 今まで県大会・全中・インターハイ・日本大会等での上位入賞や卒業選手がオリンピックへの出場をしています。	中山 武	090-2317-8790		
	85	長野TSC (ナガノフィギュア スケートクラブ)	一か月ごとに決定	長野県内 アイススケート場 エムウェーブ ピックハット 風越アイスアリーナ やまびこスケートの森	規定なし	当クラブは競技選手育成を目的としたクラブチームで全県の小学生から大学生まで現在約50名のクラブ員が競技会出場を目指して練習しています。全国大会に出席している選手も多数在籍しています。	山崎 弘雄	090-2670-4093		
	86	長野市スケート協会	問い合わせは、9:00~18:00の間でお願いします。				渡辺 勇	090-2632-8513	info@skating-nsa.jp	
ソフトテニス	87	長野ジュニアソフトテニス クラブ	水:19:00~21:00 土:17:00~19:00 ※練習場所、大会等の 関係で変動有	東和田テニスコート等	小学生～中学生	ソフトテニスの基礎から練習します。各種大会へ参加します。北信越大会、全国大会への出場、活躍を目指して練習しています。保護者の方より、子供、親、指導者、協力し運営しています。 ・会費4500円/月、その他大会参加費、大会遠征費等の費用が掛かります。			makenaide.ts5@gmail.com	
	88	柳町ソフトテニスクラブ	金:19:00~21:00 土:17:00~21:00 ※練習試合、大会等により 変動あり	東和田テニスコート 北部レクレーションパーク	小学生～中学生 (小中学生合わせて定員 52名)	・初心者大歓迎、ソフトテニスの基礎から練習します。 ・会費 小学生:150円/月、中学生:300円/月 ・参加費 小学生:1,000円/月、中学生:2,500円/月 ・他の大会参加費、保険料は別途集金 ・土日は練習試合、大会、合宿、遠征等を行う事もあります。 ・保護者の送迎有り			yanagimachi.stc@gmail.com	
	89	スポーツ東北地域クラブ ソフトテニス	火・金:19:00 土:平日	東北中体館 北陸バーバー	小学生～高校生	・長野市内、近隣小中学生大歓迎 ・中学生会員料200円/月・保険料200円	藤牧 博和	026-296-9918	supocomi@yahoo.co.jp	
	90	北信ソフトテニスアカデミー	火曜日 19:00~21:00 金曜日 19:00~21:00 土曜日 17:00~19:00 又は19:00~21:00 日曜日 8:30~12:00	東和田テニスコート 南長野運動公園テニスコート 北部レクリエーションパーク	小学6年生～ 中学3年生	・経験豊富でなく、初めてソフトテニスをやる方も大歓迎！まずは、みんなで楽しめましょう！ ・ソフトテニスを楽しむことを大切にし、また競技力を高めることと同時に活動しています。 ・土日は他校や、東信、中信エリートの中学生とも練習試合を行います。 ・当クラブ主催の大会を、年5回程度開催し、日頃の練習の成果を試しています。 ・会費3,000円/月	田中 大吾	090-6501-9523		
	91	三陽スポーツクラブ (三陽ソフトテニスクラブ(男子))	毎週土曜日・日曜日 木曜日夜間	東和田テニスコート 大豆島テニスコート	小学1年生～ 中学3年生	・小学生5年生から中学校3年生までのクラブ員が仲良く活動しています。ソフトテニスが好きな方、やってみたい方、お待ちしています！ ・ナ�이터代1月1,000円/月 ・入会費1,000円(保険料込み) ・月会費500円			sanyo.sports.club@gmail.com	URL:https://sgrum.com/web/sanyosportsclub/
	92	三陽スポーツクラブ (三陽ソフトテニスクラブ(女子))	毎週土曜日・日曜日 木曜日夜間	東和田テニスコート 大豆島テニスコート	小学1年生～ 中学3年生	・礼儀やマナーを大切に取り組んでいます。 ・ソフトテニスをやってみたい人お待ちしています。 ・年会費4,000円 ・入会費1,000円(保険料込み) ・月会費500円			sanyo.sports.club@gmail.com	URL:https://sgrum.com/web/sanyosportsclub/
	93	スポーツ郡陵ソフトテニスクラブ	毎週土:13:00~16:00 ※平日については、令和4年度中に試行し、その後実施について検討します。	犀陵中学校 テニスコート ※大豆島コート、信大テニスコートの場 合あり	小学生～中学生	・長野市アマチュアソフトテニス協会に所属しています。長野市郡陵活動地図等に記載されています。近いところがなく活動ができないといった方の活動の場の一つとなるよう、長野市郡の関係機関と何度も検討の上、設立した経緒があります。活動の運営母体はNPO法人、長野スポーツコミュニティーラブ東北(NSTC)、指導者は長野県が設置した「信州地域クラブ活動指導者リスト」から紹介していただき、かたちないなったクラブです。令和4年4月より活動をしていく予定です。詳細については、担当者までお問い合わせください。	中澤 雄介	090-7215-2435	suposaito@gmail.com	
	94	ながの北部ソフトテニスクラブ	火・木:16:30~18:30 土:9:00~12:00 ※冬季は変更あり	東部中学校 ほか	小学生～中学生	・ソフトテニスを通して仲間とともに心と体が成長することを目的に、基礎練習から練習試合・大会トレーニングまで、上達のステップに応じた様々なプログラムを提供しています。 ・年会費:30,000円(みらいハッピーポイント使用可) ・保険料:800円	森本 克美	090-4829-8903	naganohokubusc2011@gmail.com	
	95	さくらソフトテニスクラブ	月:18:30~19:30 水:19:00~21:00 金:16:30~18:30 土:9:00~12:00	桜ヶ岡中学校ほか	小学生～中学生	・ソフトテニスの正確なフォームや戦術を学び、個人とチームの技術レベルを向上させ、継続的な運動を通して体力、持久力、筋力などを養うことを目的に活動しています。 ・ソフトテニスの試合での勝ち負けを通して、精神力を鍛え、困難な状況にも立ち向かう力を養っていきます。 ・年会費:30,000円(みらいハッピーポイント使用可) ・保険料:800円	森本 克美	090-4829-8903	sakurastc2025@gmail.com	
	96	緑ヶ丘STC	火 16:30~18:30 水 18:30~19:30 木 16:30~18:30 金 16:30~18:30 土 9:00~12:00 季節によって変更あり	北部中学校 長野市富岡緑ヶ丘テニスコート 長野市富吉田テニスコート 浅川小学校 など	小学生～中学生	・ソフトテニスを楽しみながら、技術・体力・精神力の向上を図り、自己肯定感、自信を育みつつ、目標設定、計画力、自己管理能力を身につけて、将来に役立つ様々な力を養います。 ・年会費:30,000円(みらいハッピーポイント使用可) ・保険料:800円 ・料金利用料:実費	森本 克美	090-4829-8903	midoristc2025@gmail.com	
	97	キッズバドミントンクラブ	日 17:00~19:00 月、火に活動することもあり	山王小体育館	小学生～大人	・初心者大歓迎、基礎練習が中心です。 ・会費100円/回、保険料等は別途集金します。	元村 幸久	090-8663-7929	mtm7468122@gmail.com	
	98	AC長野パルセイロ バドミントンクラブジュニア	基本は火木土 平日は19時~21時、 土曜は午後。	古牧体育館、 朝陽小学校、 芹田小学校 変更有り。	小学生～中学生	内発的動機を主眼に、自主性と向上意欲を引き出しながら、自らが成長を目指すチーム。小学生初心者歓迎。	山崎 亜希	090-1653-9850	parceirobc.jr@gmail.com	

項目	番号	クラブ名	活動日	活動場所	対象	クラブPR及び連絡事項	担当者	電話番号	メールアドレス	SNS等	
バドミントン	99	長野SPIRITS	月、火、木、金、土、日	長野市立体育馆 長野市立小学校体育馆	小、中学生	現地カゴリーでの活躍だけではなく、競技を通して人間成長し、先のカテゴリーでも活躍し続ける指導を目指し、日々楽しく全力で活動しております。 お問い合わせは、学年別にして月7000円~14000円でお願いさせて頂いております。	谷村 龍信	090-9769-4290	nagano.spirits.b6@gmail.com		
	100	篠ノ井ジュニア バドミントンクラブ	(篠ノ井)・月・火・木 19時~21時 ・土 16時~18時 (安茂里)・月・木 19時~21時 ・日 9時~12時	塩尻市立体育馆 塩尻市立小学校体育馆	小中高	・総合型地域スポーツクラブ 塩尻スポーツに加盟します。入会費2300円(保険代込み) ・シャトル代300円/回 ・協会登録、ユニホーム、ラケット等は別途 ・気にならぬまでは体験から。 ・練習場所、時間は変更することがあります。ご連絡はお気軽に。	丸山 喜之	090-8811-1531	f100pumpkin@yahoo.co.jp		
	101	長野バドミントン スポーツ少年団	毎週月、火、木、金 19時~21時 毎週土 PM6:9 週5日、計11時間	広徳中、更北中、 篠ノ井西中他	小学4年生~ 中学2学生	中体連の大会、小学生連盟の大会に参加しています。また年4回大会を開催しています。 参加費は1回300円~400円	若林 恵生	090-7845-5501	w.ryoutannama2277@gmail.com		
	102	長野市バドミントン協会					元村 幸久	090-8683-7929	mtm7468122@gmail.com		
軟式野球	103	NAGANO三陽 ベースボールクラブ	主に土日祝日(午前)のいすれか。 また、平日は任意。	三陽中学校グランド 又は市営グランド	小学生~ 大人	・長野市三陽中学校通学区やその近隣の青少年や野球に興味のある地域住民が参加し、野球を通して多くのことを学び、経験することを目的として活動しています。 ・会費は、年会費として世代別に集金しています。 ・見学、体験等もできますので、興味のある方はお気軽にお問い合わせください。	藤永 真史	090-8683-1855	nagano.sanyo@gmail.com		
	104	南部球友クラブ	土・日・祝	犀川第20 ※変更あり	中学生	・全力投球・フルスイング・全力疾走 軟式野球を通して健全な身体と精神を育むことを目的とします。 ・入会費3,000円、年会費14,000円、会費5,000円/月(選手登録料を含む) ・大会、練習試合の際、送迎が必要になる場合があります。	小山 敬太郎	090-2232-0880	nankyu.shinshu2022@gmail.com		
	105	長野東柳クラブ	基本、週末土日の午後 出身中学校の定期テスト等の前にテスト休み可	固定グランドは無く、長野市保有のグランド等を使用	中学生	・軟式野球をやさしい中学生をメンバーに25年の歴史のあるクラブチームです。 ・これまで活動した中学校に野球部活動がいの中学生の力をメンバーとしていましたが、昨今の中学野球部活の縮小・合同チーム化や、部活動の地域移行等の方向を踏まえ、2023年より、メンバーの出身中学に制限をしません。 ・保護者会は、物に組織化していませんが、大会等への送迎、審判協力等をお願いしています。 ・練習機器などは、ブログをご覧ください。 <a href="https://blog.goo.ne.jp/~tclub">https://blog.goo.ne.jp/~tclub</a>	事務局: 閑沢、小松		hideaki.sekizawa@docomo.ne.jp		
	106	S-club(エスクラブ)	土・日・祝など (時間は日による)	犀陵中学校など	中学生 (小学6年生 は 12月からOK)	・中学生軟式野球のクラブチームです。 ・経験者、初心者問わらず大歓迎 ・会員費15,000円/年(3年会員登録費) ・お詫び当番係員、運営係員の負担は極力かからないようにしています。 ・各校練習試合のほか各種大会参加、練習試合など	清水 章宏	090-4461-8847	130414pinf2@gmail.com		
	107	長野北部野球クラブ	土日祝の休日、 長期休みの平日 平日は、部活動のため任意。 要相談	北部中学校 グラウンド	少年野球を 引退した 小学6年生~ 中3年生	・少年野球を 引退した 小学6年生~ 中3年生	・会費2,000円/月、その他の大会参加費、保険料、ユニフォーム購入費、別途集金 ・会員料は他校の練習試合等を行います。保護者の送迎が必要になる場合もあります(配車が基本です) 定期的に地域の小学生と交流。長野高校浅川グラウンドもお借りしながら、地域全体で野球の未来のために活動します。	塚尾 誠貴	080-1208-3762	nghokubu@gmail.com	
	108	長野軟式野球クラブ	第1・3土日 PM練習 第2・4土日 AM練習 各大会や練習試合で変動があります。	若穂中 グラウンド	小学1年生~ 中学3年生	初心者がOK。基礎練習とルールから学べます。体験・見学はいつでもOKです。 これまで野球を見てみたい子供達大歓迎です。小・中学生ともに楽しく活動出来ます。 一度連絡してみてください。	村上 真一	090-3473-0303 (会員登録料は別途500円)	masakazu.aii.777@docomo.ne.jp		
	109	スポーツ東北地域クラブ(野球)	火・木・金・土	東北中 グラウンド	小学生~ 高校生	・長野市内、近隣小中学生大歓迎 ・中学生会費800円/保険料800円	藤牧 博和	026-296-9918	supocomi@yahoo.co.jp		
	110	長野市軟式野球連盟					岡部 勉	090-1426-7295	qxd39744@yahoo.co.jp		
	111	昭和FC U-15 VOLARE	火・水・木 19:00~21:00 土・日・祝祭 9:00~12:00 ※リーグ戦・大会の関係で変動あり	~4~11月市内グランド施設チーム屋内練習場 ~12~3月市内体育館施設チーム屋内練習場	中学生	・長野県TOPリーグ2部・北信3部リーグ所属 ・長野県クラブユースサッカー連盟所属 ・入会金無し/月会費1,000円 (チームマガジン、ユニフォーム等の購入費は別途集金) ・チームバスを所有しておりますが、北信リーグ、近隣での練習試合等の場合に保護者の送迎をお願いいたします。	南澤 純	090-7825-6013	showafc_nagano@yahoo.co.jp		
	112	FCフェローズJY	火、水、木:18:30~20:30 土、日:13:00~16:00 ※土、日は大変等の関係で変動有	犀川河川敷グラウンド 兩天時篠ノ井西小、寺尾二小体育館	中学生	・初心者大歓迎、基礎から練習します。(女子選手も在籍) ・会員料3000円/月(会員金なし)、ユニフォームは貢与、ウェア、宿泊費等は別途集金 ・土日はリーグ戦等を行います。保護者の送迎が必要になる場合があります。	湯本 茂雄	090-7230-7224	yumoto@tamon.ne.jp		
サッカー	113	芹田ジュニアユース サッカークラブ	月: 19:00~21:00 水: 19:00~21:00 木: 19:00~21:00 土/日: 12:00~15:00 (休日の時間は変動有り)	専用練習場(松代) 芦田小学校体育馆 南部小学校体育馆 長野東高校サッカーフィールド 他	中学生 (同団体に幼稚教室 小学生チーム有り)	・専用練習場を完備しています。 ・随時入部、体験可能です。 ・基礎から応援まで丁寧に指導します。 ・U15リーグ、長野市長杯、グラフース選手権等に出場。 ・年会費5000円(保険料を含む)、月謝500円/月、遠征費は別途徴収となります。 ・HP: <a href="https://www.sertacuclub.com/">https://www.sertacuclub.com/</a>	塚田 純一	090-4745-5298	serita_jy@seritaclub.com		
	114	長野FCガーフ	土日:練習は3時間、 大会時は2時間あり 火水:19:00~21:00	土日:犀川グラウンドまたは北部レク 火:市内体育馆など 水:日大富竹グラウンド	小学生男女 中学生男子 社会人男子	・小学生男女ともが活動する1987年創設のサッカークラブです。挨拶、礼儀、仲間に大切にすることをモットー。OBは1300人を超え、プロ選手も輩出。 ・年会費は小1才3が25,000円、小4~6が40,000円、中学生が60,000円。別途入会金5,000円。その他遠征費や合宿費、クラブ指定練習着等の購入費は別途集金	長瀬 哲規	090-1604-3514	nagase@naganofc.com		
	115	バロジュニアユース	【中学生】火・木 18:30~20:30 【中学生】月、水、木 18:30~20:30 ※土、日:祝は大会等の関係で変動有	北部スポーツ・レクリエーションパーク、長野運動公園など	中学生	・小学生年代から高校年代に向けた橋渡しのチームです。中学生年代に必要なサッカーの技術・体力を習得し、何よりサッカーを通して物事を主体的に前向きに進められる「人」を育成しています。 ・会員料11,000円/月、その他入会金、年会費、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・土日は、トップチームは県、県リーグ、Bチームは北信リーグに参加しているので、送迎が必要になる場合があります。	野澤 健一	026-247-8934	club.barro@gmail.com		
	116	裾花ヴィエント	火、水 19:00~21:00 水 19:00~21:00 土、日 13:00~16:00	裾花中体育馆 御厨公園等 犀川第1グラウンド	中学生	高校でギューラーでプレーできるスキルを身に着けるための個人技術の取得を目指しています。会員料5,000円/月 ・会員料5,000円/月、その他入会金、年会費、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・土日は、トップチームは県、県リーグ、Bチームは北信リーグに参加しているので、送迎が必要になる場合があります。	代表: 富下公致 監督: 河合 広 北村	090-6496-0752	vento.susobana@gmail.com	HP: <a href="http://vento-susobana.ownd">vento-susobana.ownd</a>	
	117	スポーツ東北地域クラブ サッカー	木 19:00~21:00	東北中体育馆 日大グラウンド 北ヶ原パーク	小学生~ 高校生	・長野市内、近隣小中学生大歓迎 ・中学生会費8,000円/保険料800円	藤牧 博和	026-296-9918	supocomi@yahoo.co.jp		
	118	三陽スポーツクラブ (FO三陽アワローラ)	火曜日・木曜日・土曜日・日曜日・祝日	三陽中学校 グラウンド	中学生	・経験の有無問いません。サッカーを楽しんで頑張りたい人をお待ちしています。 ・個人技術を磨くこと、重难点を踏んで取り組んでいます。 ・リーグ戦、中体連各種大会、練習試合、遠征などがあります。 ・年会費10,000円 ・入会費1,000円(保険料込み) ・月会費500円				URL: <a href="https://sgrum.com/web/sanyosportsclub/">https://sgrum.com/web/sanyosportsclub/</a>	
	119	セリタクラブ チアリーディングスクール SEROWS	日 12:00~14:00 ※イベント・大会等の関係で変動有	長野市内	3歳~ 社会人	・初心者大歓迎、チアリーディングの基礎から指導いたします。 ・会員料3,000円/月、その他大会参加費、講習会参加費、保険料、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・随時入会・体験可能です。(男子選手も入会可能)	佐藤 萌香	090-1869-2581			
新体操	120	Nanala.rg ナナラールジー	月 17:30~19:00 水 17:00~18:30	月:安茂里小学校 水:長野運動公園体育馆	幼児~ 高校生	・初心者大歓迎、お気軽にお問合せ下さい。 ・新体操を通して、やり抜く力[グリット力]を育てます。 ・月謝6500円~、その他年会費、大会参加費、用品購入費等は別途集金 ・充実したクラブ活動で楽しむと成長を両立します!!!	清水 まなみ				
	121	三陽スポーツクラブ (三陽卓球クラブ)	毎週土曜日・日曜日	三陽中体育馆	中学生	・初心者から上級者まで幅広く募集しています。卓球の「楽しさ」「面白さ」を一緒に味わいませんか? ・通常の基礎練習をはじめとして、レベル別の練習も行っています。自分の課題、レベルに合わせてコーチからアドバイス、個別指導も行っています。個人戦、団体戦とともに季節ごと大会への参加もしています。 ・入会費1,000円(保険料込み) ・会員料500円/月				URL: <a href="https://sgrum.com/web/sanyosportsclub/">https://sgrum.com/web/sanyosportsclub/</a>	
	122	若穂ジュニア卓球スポーツ少年団	月、木 19:00~21:00 水 17:30~19:30 土、日 13:00~17:00 ※不定期で日曜13:00~17:00もあり	若穂公民館 ホール	未満は中学生 以下は小学生 以下ははなべく保護者同伴でお願い致し	・クラブ員の中の1番意欲のある選手に合わせた練習を目指します。みらいハッケンプロジェクトに登録済み。会員料1000円/月。大会賞実質。	藤原 英明	090-3143-3552	info@enesaito.com		

項目	番号	クラブ名	活動日	活動場所	対象	クラブPR及び連絡事項	担当者	電話番号	メールアドレス	SNS等
卓球	123	豊野JTC	主に月・火・木・金・土(平日17:00~19:00、土:8:00~12:00 ※変動あり毎月予定表配布)	豊野中学校卓球場	小学生~中学生	【募集対象】卓球経験不問、地域制限なし、卓球を始めてみたい方、大会出場を目指したい方など。 【活動内容】現在、小2~中3のメンバーが在籍中(未経験者多数)。通常練習のほか卓球講習会、お楽しみ会、学習会などを開催。練習や試合への参加は自由。 【体験】入部1ヶ月で入部・卓球体験可能。ラケットは無料貸出可。 【費用】月額2,500円(入会金不要)別途、スポーツ安全保険加入必須(年額800円程度)/大会参加費、道具、ユニフォーム、登録料は自己負担。 【クラブ方針】卓球を通じ、心身の健康と人間形成(礼儀、挨拶、お互いを尊重し、支え合う心など)を育むことを目指します。	押木 政幸	090-2403-7626	m.oshiki@docomo.ne.jp	【インスタ】 <a href="https://www.instagram.com/toyonojtc2025/">https://www.instagram.com/toyonojtc2025/</a>
	124	天弓スポーツクラブ	水曜18:30~20:30 木曜・金曜19:00~21:00 土曜または日曜9:00~12:00	朝陽公民館集会所 櫻ヶ岡中学校	幼児、小学生、中学生	◆天弓は、雨が降った後、晴れた空にかかる「虹」。 成長の喜びなどを感じ、人と人、感謝の架け橋をつなぐ場所…この事を最も大切にして歩んでいるクラブです。 一緒に頑張っていきましょう！ 入会費(不要)・年会費(不要)・毎月の会費(不要) ※ただし、「スポーツ傷害保険」には加入してもらいます。	小林 貢一	090-4060-1405	kxapr603@bb.ne.jp	
	125	Wing Blue	毎週土日の午前中	東和田運動公園および長野市北部の市営体育館	小学生・中学生の初級者・中級者	クラブのメンバーは全員経験1年未満の初心者なので気軽にご参加ください	吉池 央行		yoshiike.ike0623@yahoo.co.jp	LINE ID:yoshiike-pingpong
	126	楓花卓球研究会	月・金曜日 16:30~18:00 火・木曜日 16:30~18:00・19:00~21:00 水曜日 15:30~17:30 土曜日 14:00~17:00(指導者の合意により時間変更あり) 日曜日 不定期	楓花中学 武道場	小中学生・高校生・一般	卓球を楽しみたい人から本格的にやりたい人まで(いつでも、どなたでも)	松島 永典	080-1214-5275		
	127	長野JTC	17時30分~19時(小学生・初心者) 19時~20時30分(中学生・中級者) 土・日 不定期	スポーツショップ たかせん卓球場	園児から中学生	クラブPR及び連絡事項 ラケットを握った事のない方も、もっと上達したい方も一緒に卓球を楽しめませんか?随時見学&体験を受付しています。お気軽にお声掛け下さい。3年連続全中出場及び各全国大会出場経験あり、卓球競技コーチ3資格者在籍	峯村 卓志	026-226-0371	takusen@amber.plala.or.jp	
	128	長野ラージヒルズ	平日数回実施	高木卓球道場 (川合新田体育館) ※不定期	幼児、小学生、中学生	初級者から上級者まで参加可能 個人レッスンも行っています	高木 信雄	090-3102-1848	mmtakagi@kih.biglobe.ne.jp	
	129	TABLETENNIS天弓	火曜日~金曜日18時~19時30分	TABLETENNIS天弓 (長野市川中島町原706-7)	未就学児~高校生、一般も可能	未経験から始められます。 週1回~週4回の月謝制になります。 無料体験もあるので、体験からの参加も可能です。 大会等に出場されたい場合は、別途費用がかかります。	小林 玄太	026-285-9191	tenkyu0104@gmail.com	HPアドレス <a href="https://table-tennis-tenkyu.com/">https://table-tennis-tenkyu.com/</a>
テニス バドミントン 卓球	130	長野市テニス協会				義家 文成	090-6564-2330	rei44180@yahoo.co.jp		
	131	長野市パワントニス協会	午後は出れないことが多いですが、着信があればかけ直します。			篠崎 前久	090-5541-7162			
ソフトボール	132	若穂ソフトボールクラブ	土・日・祝:8:00~12:00/13:00~17:00のど ちらか、 (月・木:19:00~21:00自主練) ※休日は大会等の関係で変動あり	主に若穂中学校グラウンド (若穂公民館、若穂体育館など)	中学生女子	・ソフトボール競技の技術向上と団体行動を通して、中学生女子の多様で豊かな人間形成を目指します。 ・平成16年に設立され、これまでに輩出されたOGは約100名を数え、高校や大学、企業団体等でも活躍しています。 ・長野市と近郊(須坂市・千曲市など)の中学生女子の対象です。経験の有無は問いません。 ・会費3,000円/月、その他大会遠征費・保険料・ユニフォーム・購入費等は別途集金	飯島 哲也	090-4675-4718	ijima@mx.avis.ne.jp	
	133	信濃ドリームスター	火 19:00~21:00 土・日 9:00~12:00 ※休日は大会、練習試合等で変動あり	長野市松代	中学生女子	一生懸命がんばっています。 一緒にソフトボールをやりましょう。	吉池 武志	090-1117-8754	rikatti0206@icloud.com	
	134	長野日聯oms (女子ソフトボール) 塙崎スポーツクラブ内	平日:17:00~18:30 土日:8:30~12:00 ※スポーツ活動指針に則って活動します。 詳細は、計画書でお知らせします。	篠ノ井東中学校 篠ノ井西中学校 グラウンド	中学生	初心者大歓迎。ソフトボールの基礎から練習します。 ・入会費(スポーツ安全保険料含む)2,900円/年、会費3,000円/月、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・保護者の送迎が必要になる場合があります。	塙崎スポーツクラブ 板橋 沙実(監督)	080-6995-8074 tamu714@gmail.com :shiospo12@gmail.com		
	135	川中島ソフトボールクラブ	土・日・祝祭日 9:00~16:00内、3次~時間程度 ※休日は大会等の関係で変動有り	主に市内グラウンド (例外あり) ※大会等の関係で変動有り	女子中学生	初心者(未経験者)でもソフトボールができるように基本から丁寧に、一人一人の自主性を尊重し伸ばしていくことも考えながら教えています ・会費2000円/月、保護者会費3000円/年、保険料、ユニフォーム購入費等は別途集金	唐木澤 英幸	090-3403-2257	kawanakajimabs@gmail.com	
	136	徳間ドッジボールスポーツ少年団	月:20:00~21:30 木:19:30~21:30 日:13:00~17:00 (その日不定期)	徳間小学校 体育館	小学生~中学生	・初心者大歓迎。 ・競技ドッジボールの真剣勝負!「見学・体験」お待ちしています! ・会費2万円/月、保険料会員料込み、大会参加費(会員料)、その他大会Tシャツ等は別途集金。 ・練習試合や各種大会等への参加入り、交通費等は別途集金。ホームページ(徳間ドッジボールで検索)参照。	中村 貴範 塙田 定正	中村:090-1698-3133 塙田:090-4181-9865	中村:wyfc2nzu@qc.commufa.jp 塙田:sada5205@dance.ocn.ne.jp	
少年少女野球	137	長野市ドッジボール協会				前田 千恵	電話番号:090-4464-9525	fuminakimadou@ezweb.ne.jp	URL: <a href="https://dodge.upper.jp">https://dodge.upper.jp</a>	
	138	長野南スポーツ少年団	月、木 ※休日は施設の関係で変動有り 小学生まで18:00~20:30 中学生以上19:00~21:00	篠ノ井西中学校 柔道剣道温泉心館	小学生~高校生 一般の部もあり	・初心者大歓迎。心と体を鍛え自己確立の精神をします。 ・人会費12,000円(初回のみ)、連盟会費8,000円/年 ・会費2500円/月、その他の大会参加費、保険料、道着、防具等購入費は別途 ・各大会、行事に保護者の送迎が必要になります。	中島真一郎	090-3143-6972	s.kempo.n.minami@gmail.com	
	139	長野北スポーツ少年団	水 ※休日は施設の関係で変動有り 小学生まで19:00~20:30 中学生以上19:00~21:30	柳町公民館	小学生~高校生 一般の部もあり	初心者大歓迎。心と体を鍛え自己確立の精神をします。 ・人会費12,000円(初回のみ)、連盟会費8,000円/年 ・会費2500円/月、その他の大会参加費、保険料、道着、防具等購入費は別途 ・各大会、行事に保護者の送迎が必要になります。	田中鈴枝	090-5214-3987	tanaka.suzue@gmail.com	
水球	140	ボセイドン長野 水球クラブ	水:18時30分~20時30分 金:18時~20時30分	アクアウイング ダイビングプール	小学生~高校生	・初心者大歓迎。水球の基礎から練習します。 ・月謝2400円から。 ・保険料等は別途集金。 ・アクアウイング改修工事の為、別会場で練習予定。 ・アクアウイングでの練習開始は令和9年9月~	保谷雄介	080-9434-3487	hoya561126@gmail.com	
	141	長野ボクシングジム	火~金:18:30~22:00 土:18:00~19:30 日:8:00~11:00	長野ボクシングジム	中学生~高校生	はじめからスゴくなくとも大丈夫!将来のある子供たちが安全に鍛えられるよう指導しています 心も体も鍛え、強くなりましょう。 ・営業時間中は練習し放題。曜日や時間は自由です ・レベルに合わせて安全に配慮した練習を行っています ・入会金10,000円、月会費8,000円、スパース保険料2,000/年 ・大会参加費や強化練習参加費などは別途集金いたします ・お問合せはジム公式LINEがスムーズです お気軽にお問い合わせください	湯本 翼	電話番号:070-9002-3257	gloveup.ngnboxing@gmail.com	ジム公式LINE: <a href="https://line.me/R/ti/p/%40YwUuPm">https://line.me/R/ti/p/%40YwUuPm</a> 
アーチドーム	142	アウトドア・サバイバルクラブ	火:放課後~19:00 月に1回 土曜活動日あり ※平日は放課後バスあり	活動によって異なる	中学生~高校生	海!山!雪! 野外活動の知識や技術を手に入れよう! ・会費4000円/月 保険料込 ・土曜日の活動にかかる実費集金の可能性あり ・送迎バス料金(各学校→活動場所→長野駅) バス代2000円/月	福畠皓生	電話番号:090-7742-4889	paisnagano@gmail.com	
マルチスポーツ	143	Pais Sports School チヨコットスポーツ!!	水:放課後~19:00 月に1回 土曜活動日あり ※平日は放課後バスあり	活動によって異なる	中学生~高校生	色々なスポーツに触れてみよう! ・会費3000円/月 保険料込 ・送迎バス料金(各学校→活動場所→長野駅) バス代2000円/月	福畠皓生	電話番号:090-7742-4889	paisnagano@gmail.com	
ボルダリング	144	CLIMBING CENTER ART WALL	火、水、木、金:13~22時 土日祝:12~19時	CLIMBING CENTER ART WALL (長野市真島町川合189-1)	小学生~高校生	・未経験者でも楽ししく、安心して活動できるよう、参加者のレベルに応じたマンツーマン対応を基本としています。(公益社団法人 日本山岳・スポーツクライミング協会が認定する「スポーツクライミングコーチ1」の資格所有者が指導いたします。)そのためそれぞれ自分へのベースで練習れます! ・ボルダリングとドリードライビングの両種目の練習が可能。 ・年会費500円/月、1回の練習料:1,500円、月会費8,000円、10回練習券:13,000円、1か月バス8,000円 ・スポーツ保険等の加入は各自対応。(希望する方には、スポーツ保険を斡旋します。)	小林 大祐	電話番号:026-284-8136	info@art-wall.jp	 上記QRコードはお問い合わせ用

項目	番号	クラブ名	活動日	活動場所	対象	クラブPR及び連絡事項	担当者	電話番号	メールアドレス	SNS等	
ボルダリング	145	ストーンフォックス Climbing Cave (ボルダリングジム)	①平日15:00～20:00 ②平日13:00～20:00 ③土日祝10:00～18:00 ※不定休・時間変動あり ※必ずホームページをご確認ください	ストーンフォックス ClimbingCave (ボルダリングジム) 長野駅徒歩圏内 若里公園・信州大学工学部近く	未就学児～ 社会人 【キッズスクール】あり 対象5歳～ 中学生】	どハマリキッズ続出中！運動苦手でも楽しめる！ゲーム感覚で体力づくり！大会、優勝者も続出中！ 当ジムのナリナル・ソリッドで楽しく上達！プロによる講習あり！ オリビック代表選手開発のボルダリングジムも利用可能！ 色々な学校・年齢との交流で社交性もUP！親子でみんなでLet'sボルダリング！ 【キッズスクール】 ・スポーツ保險はじめ各種サービスあり ・スクール生の保護者さま特別割引あり ・初年度年会費9890円／次年度年会費4999円(4月更新) ・料金等の詳細はホームページをご確認ください ※スクール入会せず一般利用も可能です ※ホームページ等に動画あります	黒木 彩谷	電話番号: 026-217-0359 (平日17-18時除く営業中のみ)	be.a.stone.cold.fox@gmail.com	HP: <a href="https://lit.link/StoneFox">https://lit.link/StoneFox</a>	